INSTRUCCIONES PARA EL PACIENTE

CPAP nasal/ doble nivel

APRIA HEALTHCARE®

Lista de verificación para la orientación

Instrucciones especiales:

Durante la orientación, se analizará la siguiente información, se le hará una demostración y usted a su vez la llevará a la práctica.

Realice una demostración de lo siguiente:

- ☐ Dónde ubicar la unidad en la habitación
- ☐ Cómo ubicar y ajustar el arnés para la cabeza
- ☐ Cómo encender la unidad
- ☐ Cómo cambiar los filtros
- ☐ Cómo conectar la máscara/las almohadillas nasales
- ☐ Cómo detectar fugas en el sistema
- ☐ Cómo ajustar el retardo escalonado (si el médico lo autoriza)
- ☐ Cómo conectar el oxígeno a la unidad si está indicado
- ☐ Cómo conectar el humidificador, si está indicado
- ☐ Pida al paciente/cuidador que haga una demostración de todo lo anterior.

Información de seguridad:

- ☐ Explique la importancia de nunca encender o apagar la unidad mientras el oxígeno está circulando a través del circuito.
- ☐ Explique la importancia de los siguientes procedimientos de limpieza.
- ☐ Explique el manual de instrucciones de CPAP/de dos niveles.
- ☐ Explique cómo comunicarse con Apria Healthcare en caso de problemas con el equipo, ya sea en horario normal o después del horario de atención.
- ☐ Explique cómo obtener ayuda si surge una emergencia médica.
- ☐ Explique la información de garantía y cómo obtener asistencia técnica para el equipo adquirido.
- ☐ Explique la importancia de las siguientes pautas para viajes.

DESPRENDA AQUÍ

Acuse de recibo del paciente/cuidador de la unidad de CPAP nasal/de dos niveles: Retire y envíe a Apria

Acuse de recibo del paciente/ cuidador de la unidad de CPAP nasal/de dos niveles

El representante de Apria revisará con usted cada uno de los puntos de esta lista de verificación. Una vez que haya revisado cada punto, marque la casilla correspondiente. Luego, firme y anote la fecha en la parte inferior y retire la lista de verificación de su manual.

La persona que firma este documento acepta que ha recibido, se le han impartido instrucciones y comprende los temas que se muestran en esta página y que se explican en este folleto.

1. Lista de verificación de la orientación ☐
2. Su prescripción ☐
3. ¿Por qué es necesaria la terapia de CPAP nasal/de dos niveles? ☐
4. Su unidad de CPAP/de dos niveles ☐
5. Circuito ☐
6. Funcionamiento de su unidad de CPAP/ de dos niveles ☐
7. Cómo armar el arnés para la cabeza ☐
8. Montaje final ☐
9. Presión positiva de vías aéreas de dos niveles ☐
10. Uso de un humidificador con su sistema ☐
11. Limpieza del humidificador ☐
12. Uso de oxígeno con su unidad de CPAP/ de dos niveles ☐
13. Limpieza del equipo ☐
14. Limpieza de la unidad de CPAP/ de dos niveles ☐
15. Mantenimiento de los filtros ☐
16. Información para pacientes con CPAP nasal ☐
17. Problemas físicos ☐
18. Técnica para lavarse las manos ☐
19. Buenos hábitos de salud que ayudan a detener la propagación de gérmenes ☐
20. Precauciones de seguridad ☐
21. Problemas comunes y sus soluciones ☐
22. Solución de problemas ☐
23. Comentarios acerca de nuestros servicios ☐

Firma del paciente/cuidador Fecha

Nombre en letra de IMPRENTA

Representante de Apria Fecha

Nombre en letra de IMPRENTA

RES-2004SP Rev. 04/10

DESPRENDA AQUÍ

Índice

Lista de verificación de la orientación i
Su prescripción 2
Por qué es necesaria la terapia de CPAP nasal/ de dos niveles 3
Su unidad de CPAP/de dos niveles 5
Circuito 6
Funcionamiento de su unidad de CPAP/ de dos niveles 7
Cómo armar el arnés para la cabeza 9
Montaje final 13
Presión positiva de dos niveles en vía aérea 15
Uso de un humidificador con su sistema 16
Limpieza del humidificador 17
Uso de oxígeno con su unidad de CPAP/ de dos niveles 18
Limpieza del equipo 19
Limpieza de unidad de CPAP/de dos niveles . . 20
Mantenimiento de los filtros 20
Información para pacientes de CPAP nasal 21
Problemas físicos 23
Técnica para lavarse las manos 23
Buenos hábitos de salud que ayudan a detener la propagación de gérmenes 24
Precauciones de seguridad 25
Problemas comunes y sus soluciones 27
Solución de problemas 29
Comentarios acerca de nuestros servicios 30

©2004, 2010 Apria Healthcare, Inc.

Apria Healthcare con el logo que lo acompaña es una marca comercial registrada de Apria Healthcare Group Inc.

Su prescripción

IPAP (presión inspiratoria): _____ cm H_2O

EPAP (presión espiratoria): _____ cm H_2O, si corresponde

Velocidad de reserva cardiaca: _____ bpm, si corresponde

Unidad de CPAP: _____

Tamaño de la mascarilla o almohadilla: _____

Arnés para la cabeza: _____

Filtros: _____

Rampa: _____

Humidificador:* _____

Prescripción de oxígeno: _____

_____

Fecha de la prescripción: _____

Otro: _____

*El humidificador de aire caliente requiere una receta del médico.

La unidad CPAP/de dos niveles es una unidad de tratamiento médico recetado que debe aplicarse de una manera específica. Si su médico cambia la configuración de la unidad de CPAP/de dos niveles, notifique inmediatamente a Apria Healthcare.

Tenga en cuenta que la información proporcionada en este folleto sirve para complementar, no para reemplazar, las instrucciones especiales de su médico.

Nota: Puede que su unidad tenga una apariencia diferente a las unidades que aparecen en este folleto.

Accesorios adicionales

El arnés para la cabeza y la mascarilla de CPAP se desgastan con el tiempo. Para reemplazar estos elementos o para comprar accesorios adicionales, llame a Apria Healthcare.

¿Por qué es necesaria la terapia de CPAP nasal/ de dos niveles?

Tanto el tratamiento de CPAP como el de dos niveles usan presión positiva continua en las vías aéreas (CPAP) para tratar la apnea obstructiva del sueño (OSA).

Signos y síntomas comunes de la apnea obstructiva del sueño

- Ronquidos
- Somnolencia excesiva durante el día
- Sueño intranquilo (puede ir acompañado de movimientos de brazos y piernas)
- Dolores de cabeza en la mañana
- Desorientación leve/lapsus de memoria
- Irritabilidad
- Cambios de personalidad
- Pausas en las cuales el paciente no respira mientras duerme

La apnea obstructiva del sueño es un trastorno del sueño que se produce cuando la vía aérea está obstruida o bloqueada. Como resultado, no hay circulación de aire hacia y desde los pulmones (esto se denomina "apnea"). La obstrucción se puede deber a diversos factores entre los que se puede incluir la falta de control de los músculos que de la lengua, lo que hace que ésta caiga hacia atrás contra obstruya la vía aérea, y/o el colapso del paladar blando (la parte blanda del techo de la boca) sobre la vía aérea.

Usted respira de manera diferente cuando duerme y cuando está despierto. Mientras duerme, los músculos se relajan, la vía aérea se estrecha y el cuerpo hace

¿Por qué es necesaria la terapia de CPAP nasal/ de dos niveles? *(continuación)*

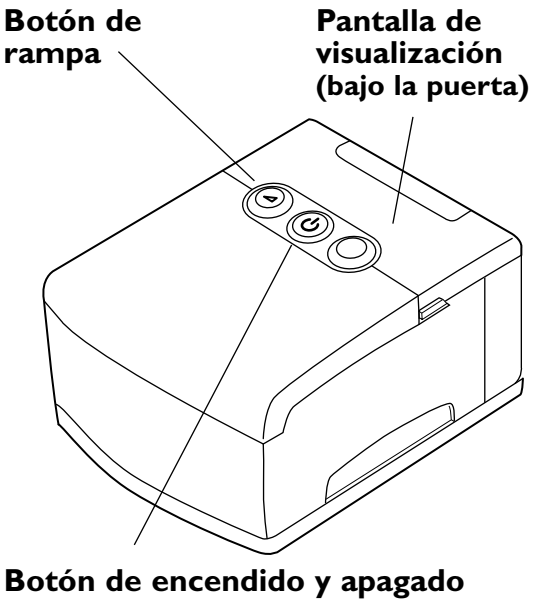
Dificultad común para dormir con apnea obstructiva del sueño

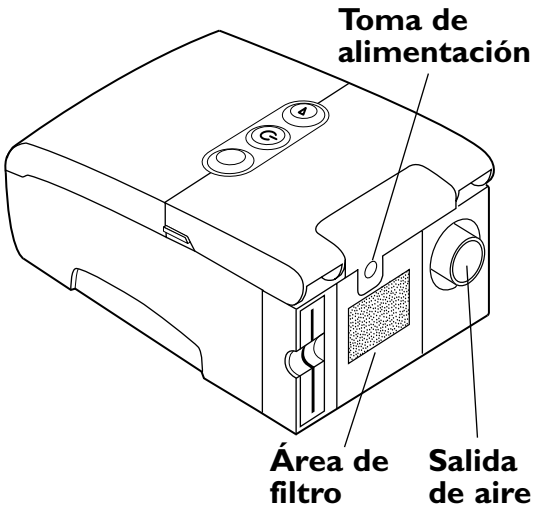
La CPAP nasal actúa para abrir la vía aérea superior

menos esfuerzo para respirar. Durante un episodio de apnea, el cerebro hace que usted se despierte levemente, sin siquiera darse cuenta, para que pueda respirar. Los episodios de apnea pueden durar desde unos pocos segundos hasta más de un minuto y pueden ocurrir cientos de veces durante la noche. Con cada respiración, el oxígeno se debe llevar a los pulmones, absorber en la sangre y, luego, distribuir a los órganos y tejidos. Además, se debe exhalar el dióxido de carbono. Durante los episodios de apnea, disminuye el contenido de oxígeno en la sangre y aumentan los niveles de dióxido de carbono. Esto provoca el aumento de la presión arterial, lo que implica un mayor esfuerzo del corazón y otros órganos. Además, esta interrupción constante del sueño profundo deriva en una pérdida del sueño saludable y reposado y, por lo general, provoca somnolencia durante el día.

La unidad de CPAP/de dos niveles trata la apnea obstructiva del sueño proporcionando un flujo de aire de baja presión a sus vías aéreas mediante una mascarilla nasal que se coloca sobre la nariz o almohadillas nasales que se insertan en los orificios de la nariz. La presión de aire mantiene abierta la vía aérea e impide el colapso del paladar y la lengua sobre la vía aérea. Esto permite la respiración normal y el sueño ininterrumpido.

Su unidad de CPAP/ de dos niveles





Piezas básicas de las unidades CPAP y de dos niveles

Las unidades CPAP y de dos niveles utilizan motores y ventiladores que funcionan con electricidad para mantener el flujo de aire necesario para el tratamiento. A medida que el aire de la habitación ingresa a la unidad, ésta filtra el polvo y otras partículas en suspensión; luego, el aire pasa al circuito y después a sus vías aéreas.

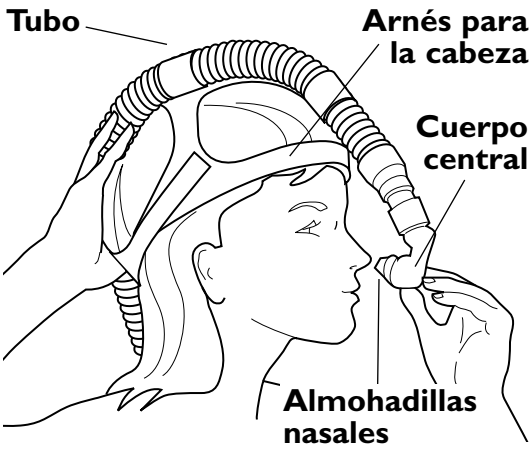
Su médico ha indicado el nivel apropiado de presión de aire para mantener sus vías aéreas abiertas mientras duerme. **No haga ningún ajuste a su unidad de CPAP o de dos niveles.** Si tiene alguna duda con respecto a la configuración de la unidad que le indicaron, consulte a su médico o a Apria Healthcare.

Las unidades de CPAP y de dos niveles están disponibles en diferentes modelos. Sin embargo, todos los modelos tienen las mismas piezas básicas: un **interruptor de encendido** para encender y apagar la unidad, una **salida de aire** a la cual se conecta el tubo, una **toma de aire** por donde entra el aire a la unidad a través de **uno o más filtros** que eliminan el polvo y las pelusas del aire entrante.

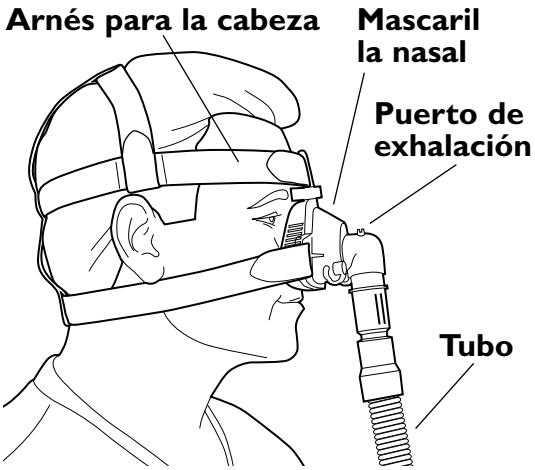
Función de rampa

Algunas unidades vienen equipadas con una función denominada rampa. La función de rampa le permite reducir la presión de aire a un nivel muy bajo mientras comienza a quedarse dormido. Dentro de 45 minutos, la presión "subirá" automáticamente hasta alcanzar la presión que le indicaron en su prescripción a una velocidad gradual que no debería despertarlo. Algunas unidades le permiten definir el tiempo de rampa. El representante de Apria Healthcare le mostrará cuáles son las funciones que ofrece su unidad de CPAP/de dos niveles.

Circuito



Circuito de almohadillas nasales



Circuito de mascarilla nasal

Mascarilla facial completa

El circuito está conectado a la salida de aire en la unidad de CPAP/de dos niveles. El circuito consta de varias piezas. Estas piezas varían en función del tipo de circuito que se utiliza: **circuito de almohadillas nasales** o **circuito de mascarilla nasal**.

Circuito de almohadillas nasales

Si utiliza un circuito de almohadillas nasales, necesitará los siguientes elementos: **tubo**, que se conecta a la salida de aire en la unidad de CPAP/de dos niveles, un **cuerpo central** al que van conectadas las almohadillas nasales, **almohadillas nasales** que se ajustan perfectamente en los orificios de la nariz y el **arnés para la cabeza con almohadillas nasales** que asegura las almohadillas nasales a la nariz y mantiene un cierre adecuado en ambos orificios.

Circuito de mascarilla nasal

Si utiliza un circuito de mascarilla nasal, necesitará los siguientes elementos: **tubo**, que se conecta a la salida de aire en la unidad de CPAP/de dos niveles, una **mascarilla nasal**, que se ajusta perfectamente sobre la nariz y un **arnés para la cabeza con mascarilla nasal**, que asegura la mascarilla nasal a la cara.

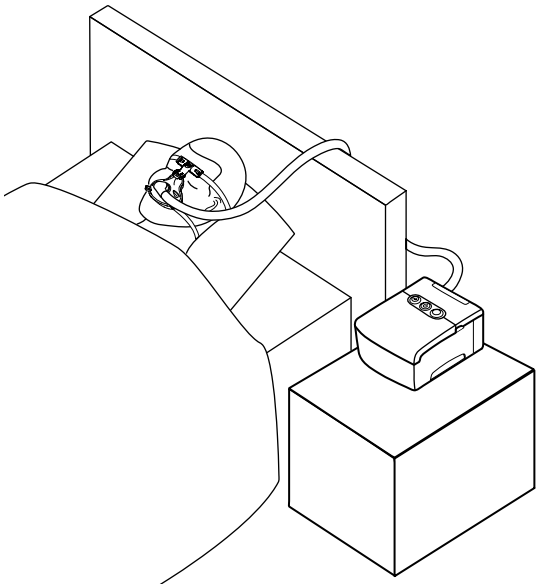
Mascarilla facial completa

Puede que el médico haya prescrito el uso de una mascarilla facial completa. Ésta es una mascarilla que cubre la nariz y la boca. La mascarilla incluye una **lengüeta de liberación rápida** que permite sacarse la mascarilla rápidamente en caso de una emergencia.

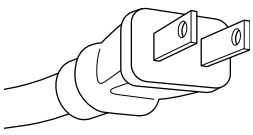
Puertos de exhalación

Tanto el cuerpo central nasal como la mascarilla nasal proporcionan una abertura para permitir que salga el aire exhalado. **No obstruya los puertos o las aberturas de exhalación.**

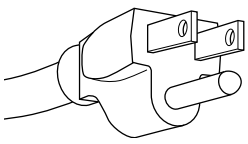
Funcionamiento de la unidad CPAP nasal/ de dos niveles



Ubique la unidad en una superficie sólida



Enchufe de dos clavijas



Enchufe de tres clavijas (con conexión a tierra)

Las siguientes instrucciones paso a paso le ayudarán a operar su unidad.

Paso 1: Ubique la unidad de CPAP/de dos niveles en una superficie sólida.

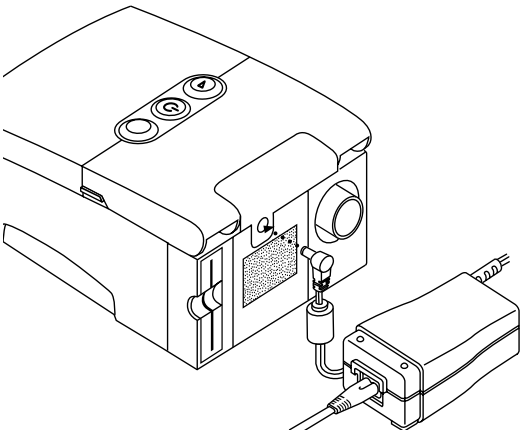
- Seleccione un lugar cerca de la cama en una mesa de noche o una cómoda. No la coloque más alto que su cabeza. Podría jalar el tubo durante la noche y hacer caer la unidad sobre su cabeza.
- Asegúrese de que haya circulación de aire alrededor de la unidad y que la entrada de aire no se bloquee con ropa de cama, cortinas o muebles.
- No coloque la unidad cerca de una fuente de calor.
- No coloque la unidad sobre un cojín o una alfombra que podría obstruir el flujo de aire alrededor o debajo de la unidad.
- Si utiliza un humidificador de aire para la habitación, asegúrese de que esté ubicado a mjás de 6 pies (1,8 m) de distancia de su unidad de CPAP/de dos niveles.

Paso 2: Inserte el enchufe en un tomacorriente cercano.

Nota: La mayoría de las unidades de CPAP/de dos niveles utilizan enchufes de 2 clavijas y no requieren un tomacorriente de CA de 3 clavijas con conexión a tierra.

Sin embargo, si el equipo viene con un enchufe de 3 clavijas y su vivienda no cuenta con tomacorrientes para 3 clavijas, un técnico de servicio al paciente cambiará su unidad de CPAP/de dos niveles por otra que utilice un enchufe de 2 clavijas.

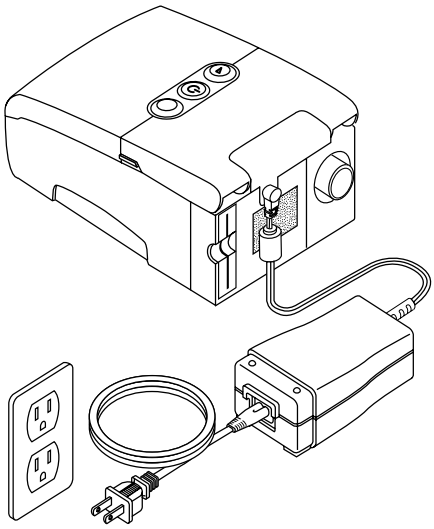
Funcionamiento de la unidad CPAP nasal/ de dos niveles *(continuación)*



Conecte el cable de alimentación en la parte posterior de su unidad si no está conectado en forma permanente

Paso 3: Si el cable de alimentación de CA no está conectado en forma permanente a la unidad, conecte el extremo hembra a la toma de alimentación de CA en la parte posterior de la unidad. Conecte el otro extremo del cable a un tomacorriente adecuado (como se describe en el paso 3).

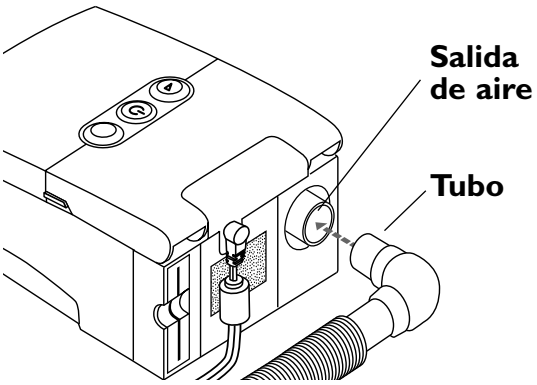
- No use un cable de extensión con su unidad.
- No conecte la unidad a un tomacorriente que tenga otros artefactos enchufados.



Enchufe la unidad a un tomacorriente de la pared

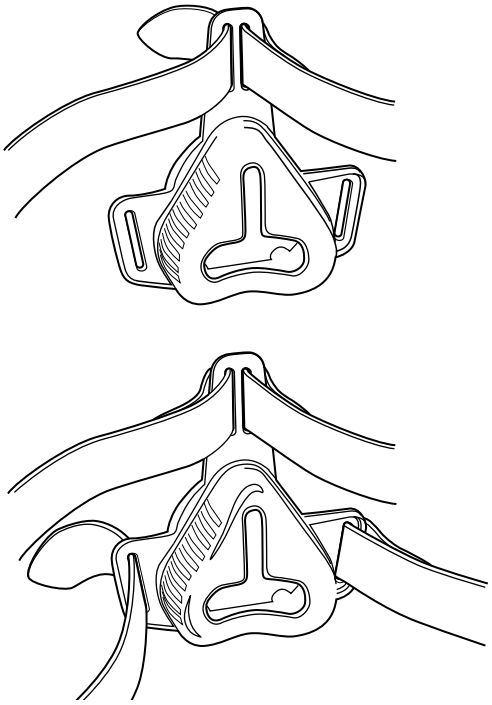
Paso 4: Conecte el tubo a la salida de aire en la unidad de CPAP/de dos niveles.

Paso 5: Arme y ajuste su circuito de mascarilla nasal o almohadilla nasal como se indica en las siguientes páginas. Mantenga la unidad apagada hasta que se haya colocado y asegurado la mascarilla nasal o las almohadillas nasales y el arnés para la cabeza.

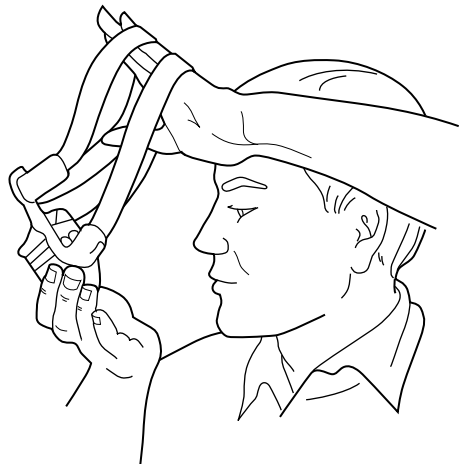


Conexión del tubo

Cómo armar el arnés para la cabeza



Ajuste de la mascarilla



Cómo ponerse la mascarilla

Circuito de mascarilla nasal

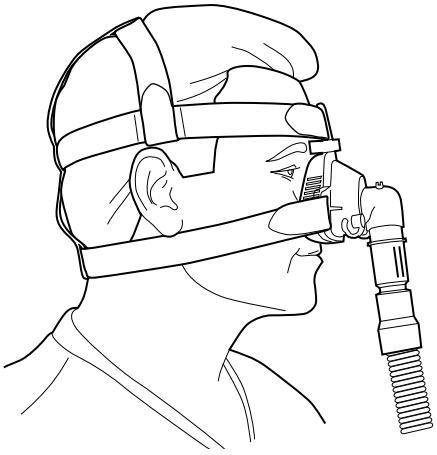
Siga estas instrucciones para armar y ajustar el circuito de **mascarilla nasal**:

Paso 1: Arregle el arnés para la cabeza de modo que las correas más largas queden hacia arriba.

Paso 2: Con el Velcro hacia afuera con respecto a la cara, pase las cuatro lengüetas a través de los orificios superiores y laterales de la mascarilla. Jale las correas y asegúrelas presionando el Velcro contra la correa.

Paso 3: Coloque la mascarilla sobre su nariz y deslice el arnés sobre su cabeza.

Nota: Existen varias opciones para que su mascarilla quede más cómoda. Puede que sea necesario un separador para aliviar la irritación en el puente de la nariz. Consulte al representante de Apria Healthcare para obtener más información.



Mascarilla correctamente ajustada

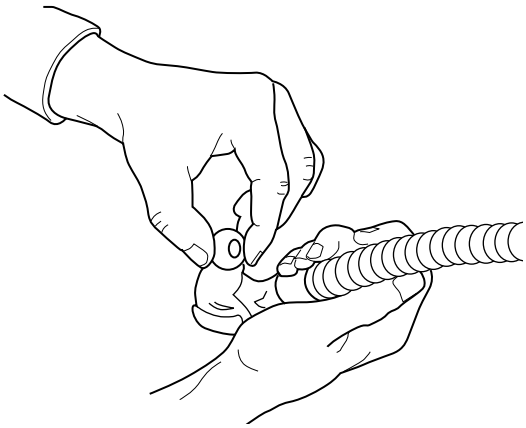
Paso 4: Ajuste todas las correas de Velcro, apriételas gradualmente hasta que la mascarilla se ajuste cómodamente contra la cara.

Un ajuste más apretado no es necesariamente mejor; puede quedar flojo siempre que se mantenga el cierre hermético de la mascarilla.

No bloquee el puerto de exhalación en el circuito de la mascarilla nasal. El puerto de exhalación se puede encontrar en la base de la mascarilla o en un accesorio especial entre la mascarilla y el tubo.

Sugerencias útiles

- Para facilitar los futuros ajustes, puede usar tinta indeleble y marcar la posición definitiva de las correas.
- Lávese la cara para eliminar el exceso de oleosidad del rostro y ayudará a lograr un ajuste libre de fugas y a prolongar la vida útil de su mascarilla.



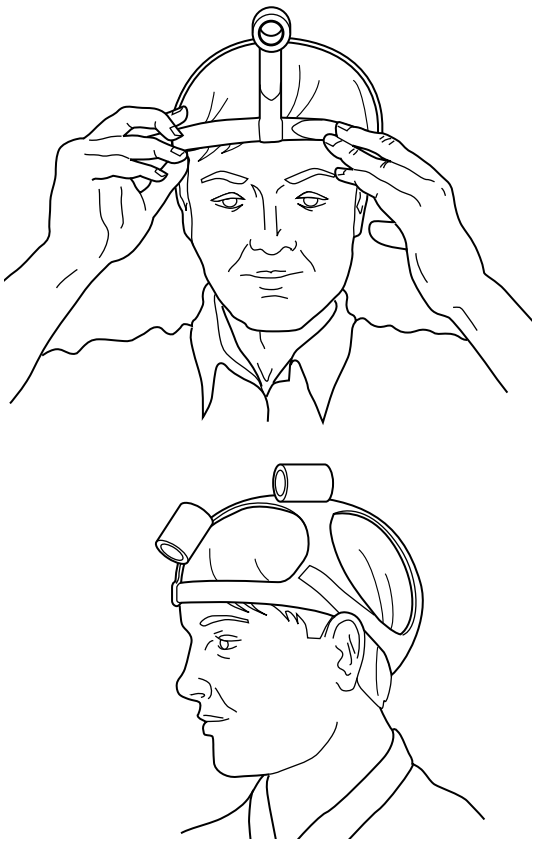
Cómo insertar las almohadillas nasales

Circuito de almohadillas nasales

Siga estas instrucciones para armar y ajustar el **circuito de almohadillas nasales**:

Paso 1: Inserte las almohadillas en el cuerpo central. Asegúrese de insertar correctamente las almohadillas y de que no haya fugas.

Cómo armar el arnés para la cabeza *(continuación)*

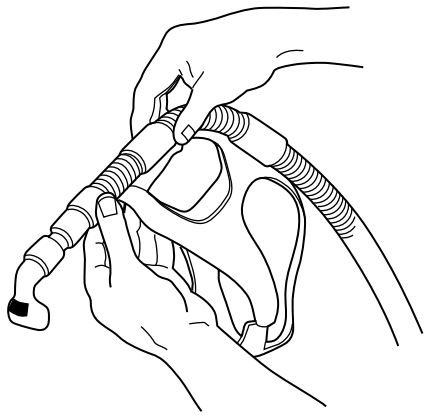


Ajuste del arnés para la cabeza

Paso 2: Ajuste el arnés para la cabeza con almohadilla nasal en su cabeza usando las correas de Velcro para lograr un ajuste adecuado.

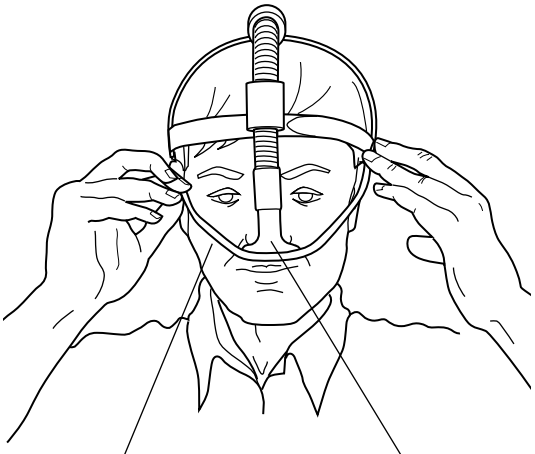
Paso 3: Deslice el arnés de la cabeza sin desabrocharlo.

Paso 4: Conecte el circuito de almohadillas nasales al arnés para la cabeza. Envuelva el tubo fuertemente con el Velcro lo suficiente para asegurar el tubo pero déjele espacio para girar.



Conexión del circuito de almohadillas nasales al arnés para la cabeza

Ajuste del conjunto del arnés para la cabeza



Ajuste de la correa del cuerpo central de la mascarilla

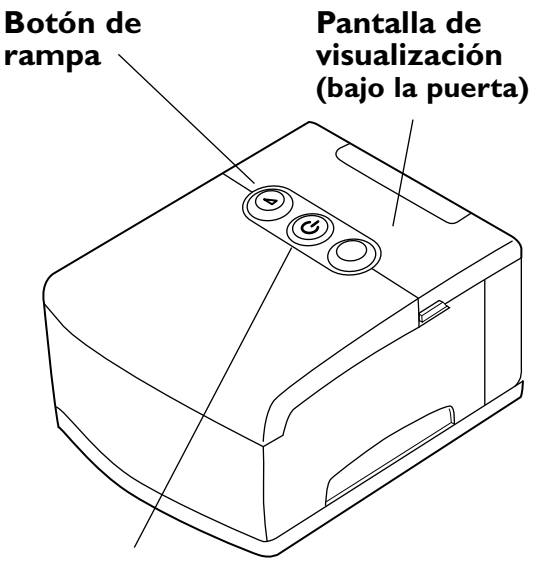
Paso 5: Vuelva a ponerse en la cabeza el arnés, con el circuito de almohadillas nasales conectado.

- Deslice el arnés sobre la cabeza como si se estuviera poniendo una mascarilla.
- Ubique las almohadillas nasales para un ajuste cómodo.

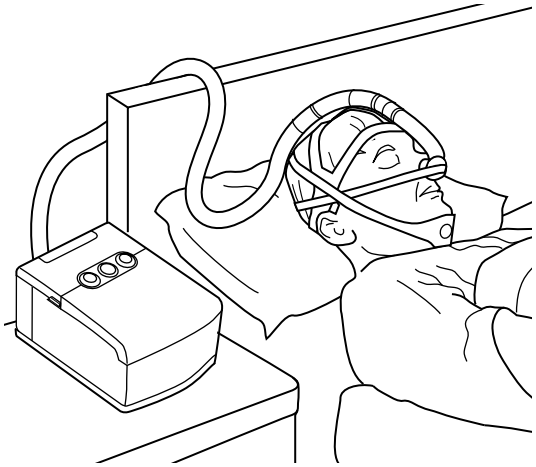
Paso 6: Instale la correa del cuerpo a lo largo del cuerpo central. Ajuste la tensión de la correa para conseguir un sellado adecuado en ambos orificios de la nariz.

No obstruya el puerto de exhalación del circuito de almohadillas nasales. El puerto de exhalación se encuentra en la parte posterior del cuerpo central de la mascarilla.

Montaje final



Botones que operan su unidad



Relájese y respire en forma lenta y profunda

Siga estos pasos para **conectar el circuito a la unidad de CPAP o de dos niveles**:

Paso 1: Conecte el tubo a la mascarilla nasal.

- Si está usando un circuito de almohadillas nasales, el tubo ya está conectado.
- Ajuste el tubo de modo que no jale la mascarilla ni el circuito de almohadillas nasales cuando usted esté acostado.
- Si es posible, dirija el tubo hacia arriba y sobre la cabecera para reducir la tensión sobre la mascarilla o el circuito de almohadillas nasales.

Paso 2: Presione el interruptor de encendido.

La unidad proporcionará automáticamente el nivel de presión prescrito por el médico.

Asegúrese de que no haya fugas de aire en su mascarilla o en las almohadillas nasales. Si las hay, vuelva a ajustar la mascarilla o las almohadillas nasales y el arnés para la cabeza.

Paso 3: Si su médico lo aprueba y si la unidad ofrece la función de **rampa**, active el temporizador de rampa o botón de retardo en este momento. Presione el **botón de retardo** que activará la función de rampa por un periodo definido o encienda el **temporizador de rampa** durante el tiempo que desee.

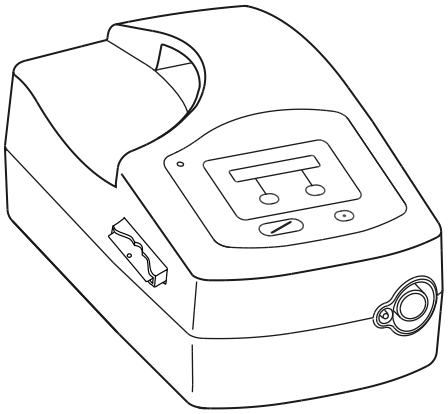
Paso 4: Relájese y respire profunda y lentamente por la nariz.

Si necesita levantarse durante la noche, apague el interruptor y desconecte el tubo del circuito de la mascarilla nasal o almohadilla nasal; deje la mascarilla o las almohadillas nasales y el arnés sobre su cabeza. Cuando vuelva a la cama, conecte el tubo nuevamente y encienda el interruptor. Si lo desea, vuelva a activar la función de rampa si está disponible en su unidad.

Si desea quitarse el arnés para la cabeza y la mascarilla o las almohadillas nasales, es posible que le resulte más sencillo desenganchar o soltar una de las correas inferiores para sacarse el arnés rápidamente con un solo paso.

Paso 5: En la mañana, limpie la mascarilla o las almohadillas (consulte la página 19). Se recomienda la limpieza diaria.

Presión positiva de dos niveles en vía aérea

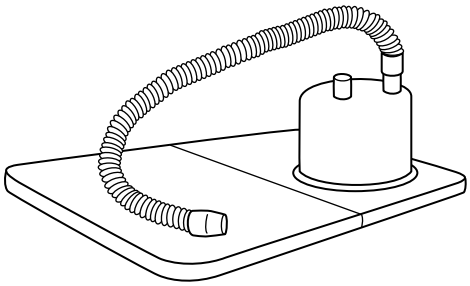


Unidad de presión positiva de dos niveles en vía aérea

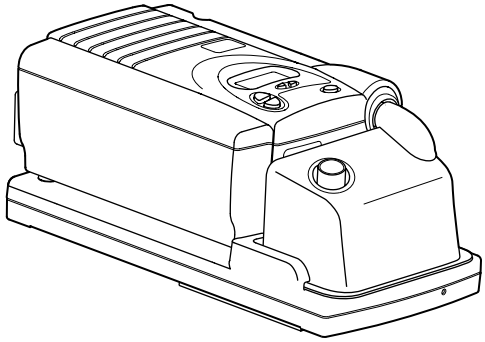
Algunos pacientes pueden requerir una unidad de dos niveles. Las unidades de CPAP estándar mantienen la misma presión mientras usted inhala y exhala. Una unidad de dos niveles tiene una presión mayor en la inhalación y una presión menor en la exhalación. Muchos pacientes señalan que la presión espiratoria más baja de la unidad de dos niveles les facilita la exhalación, de modo que se sienten más cómodos.

Al igual que la unidad de CPAP, la configuración de la presión **debe** ser prescrita por el médico y no se debe cambiar sin su aprobación.

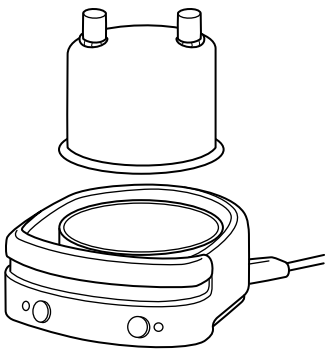
Uso de un humidificador con su sistema



Humidificador de aire frío con pie



Un sistema de CPAP con humidificador de aire caliente integrado



Un humidificador de aire caliente y cámara

Si tiene molestias en la nariz por más de una o dos semanas, su médico puede prescribirle un humidificador durante la terapia de CPAP o de dos niveles. El humidificador hidrata el aire que proporciona la unidad. Aunque los humidificadores pueden variar, la mayoría funciona de la misma manera. Siga estas instrucciones básicas de **uso del humidificador**:

Paso 1: Llene el recipiente del humidificador con agua destilada. Llene con agua sólo hasta la **línea de llenado**.

- Mantenga la unidad apagada hasta que el humidificador esté correctamente conectado y usted esté listo para usar la unidad.
- Si no hay agua destilada disponible, pregunte a su médico si puede usar agua del grifo hervida durante 20 minutos. **Deje que el agua se enfríe antes de vaciarla en el humidificador.**
- No utilice medicamentos en el depósito del agua.
- Para evitar riesgos de electrocución, no permita que el agua entre en contacto con ninguna de las partes de la unidad, fuera del recipiente para el agua.

Paso 2: Conecte el tubo corto del humidificador a la salida de aire en la unidad y el puerto de toma en el depósito del humidificador.

Paso 3: Conecte el tubo del paciente al puerto de salida en el depósito del humidificador.

Paso 4: Limpie el depósito del humidificador como se indica en la página 17.

Nota: Es posible que el médico le haya indicado el uso de un humidificador de aire caliente junto con la unidad de CPAP o de dos niveles. Su representante de Apria Healthcare le explicará qué sistema tiene usted.

Limpieza del humidificador

Nota: Si tiene un humidificador de aire caliente, sumerja sólo el recipiente del humidificador en agua o desinfectante. Nunca sumerja artefactos eléctricos en ningún líquido.

Limpieza diaria

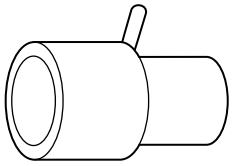
Paso 1: Elimine todos los residuos de agua del recipiente después de cada uso.

Paso 2: Lávese las manos como se indica en la página 23.

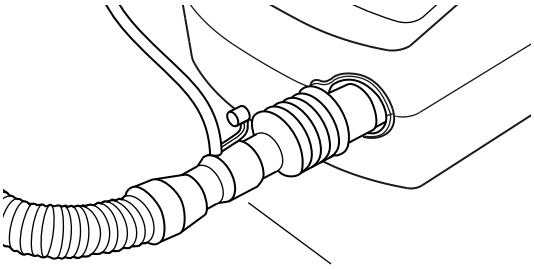
Paso 3: Sumerja el humidificador en agua jabonosa tibia. Llene el humidificador con agua jabonosa y agítelo enérgicamente.

Paso 4: Enjuague con agua limpia y deje secar al aire.

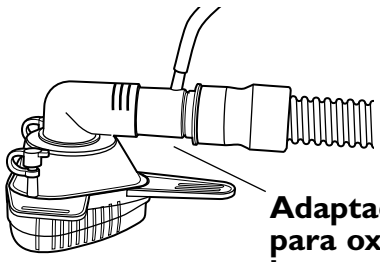
Uso de oxígeno con su unidad de CPAP/ de dos niveles



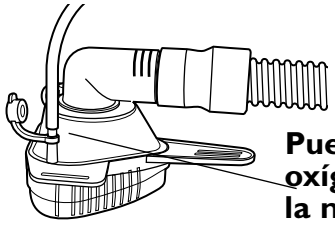
Adaptador en T para oxígeno



Adaptador en T para oxígeno en la salida de la unidad



Adaptador en T para oxígeno de la mascarilla nasal



Puerto de oxígeno en la mascarilla nasal

Varios tipos de conexiones de oxígeno

Si su médico le ha prescrito oxígeno para respirar durante la terapia de CPAP o de dos niveles, debe aprender, además, a usar y cuidar el sistema de oxígeno. Es importante cumplir con todas las reglas de seguridad y contra incendios asociadas con el uso de oxígeno. Si tiene dudas con respecto al uso y cuidado de un sistema de oxígeno, comuníquese con Apria Healthcare.

El tubo de oxígeno puede conectarse a la unidad a través de **un adaptador en T para oxígeno** o a un **puerto** en la mascarilla nasal.

Si el oxígeno se administra con un adaptador en T, éste puede conectarse a la salida de aire en la unidad o entre el tubo y la mascarilla nasal. El representante de Apria Healthcare le enseñará cómo colocarlo en forma correcta.

El tubo se conecta al extremo largo del adaptador en T y el tubo pequeño del sistema de oxígeno se conecta a la boquilla pequeña del adaptador en T.

- **Siempre encienda su unidad de CPAP o de dos niveles antes de encender el flujo de oxígeno.**
- **Siempre apague el oxígeno antes de apagar la unidad de CPAP o de dos niveles.**

Su oxígeno se puede administrar a través de un puerto en la mascarilla nasal. Mantenga los puertos cerrados a menos que esté usando oxígeno. El tubo pequeño del sistema de oxígeno está conectado directamente al puerto de la mascarilla nasal. El representante de Apria Healthcare le enseñará cómo colocarlo en forma correcta.

Limpieza del equipo

Procedimientos de limpieza diarios

Para prolongar la vida útil de su equipo y de los accesorios, es importante revisar y limpiar todos los componentes en forma regular. Las mascarillas, el tubo y el arnés para la cabeza deberían durar aproximadamente 6 a 12 meses, pero la vida útil real del equipo puede variar considerablemente. Revise todos los componentes diariamente y límpielos según sea necesario. Se recomienda realizar la limpieza diaria de las mascarillas de CPAP; el resto de los insumos debe limpiarse según sea necesario. Siga las instrucciones de limpieza que proporciona el fabricante para sus accesorios de CPAP específicos.

Precaución: NO limpie ninguna de las piezas del sistema con alcohol, soluciones limpiadoras que contengan alcohol, blanqueador o cualquier producto limpiador fuerte.

Siga estos procedimientos para limpiar el equipo de CPAP o de dos niveles:

Paso 1: Lávese las manos como se indica en la página 23.

Paso 2: Retire el arnés para la cabeza de la mascarilla o del cuerpo central de las almohadillas nasales. Desconecte la mascarilla o el cuerpo (retire las almohadillas del cuerpo), el conector giratorio y el tubo.

Paso 3: Con un paño suave, lave la mascarilla o almohadillas delicadamente con una solución de agua tibia y un detergente líquido suave transparente.

Paso 4: Enjuague con cuidado. Si la mascarilla aún se siente grasosa, repita el paso 3.

Paso 5: Deje que la mascarilla o almohadilla se seque al aire. No coloque ningún accesorio en la secadora.

Limpieza de la unidad de CPAP/ de dos niveles

Limpie su unidad según sea necesario

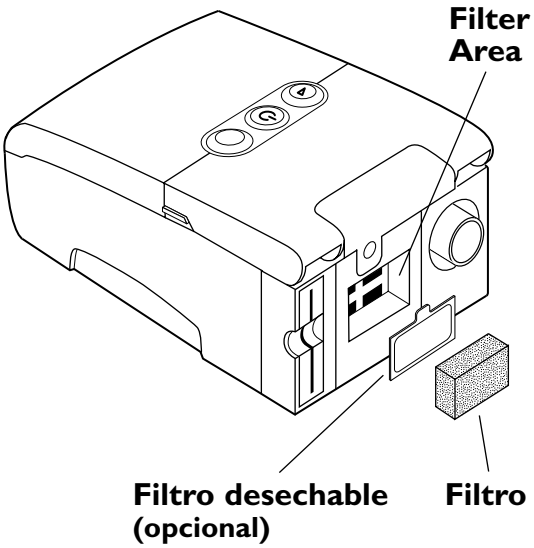
Paso 1: Desenchufe la unidad antes de limpiarla. **Nunca sumerja la unidad en agua.**

Paso 2: Use un paño húmedo para limpiar por fuera la unidad.

Paso 3: Use un paño seco para secar la unidad.

Paso 4: Asegúrese de que la unidad esté bien seca antes de enchufarla nuevamente.

Mantenimiento de los filtros



El mantenimiento del filtro depende del modelo que tenga

El mantenimiento del filtro dependerá del modelo de unidad que tenga. Puede haber dos filtros en algunos modelos. El primer filtro es generalmente desechable y el segundo, reutilizable.

Revise la información del producto del fabricante para conocer las instrucciones específicas de mantenimiento del filtro. Si tiene cualquier duda, llame a Apria Healthcare.

Nunca coloque un filtro húmedo en su unidad de CPAP o de dos niveles.

Información para pacientes con CPAP nasal

El dispositivo de CPAP nasal proporciona tratamiento para trastornos del sueño y se debe utilizar todas las noches (y/o cada vez que se duerme).

1. Debido a que su sueño ahora será más profundo y relajado que antes, es posible que no necesite dormir muchas horas para sentirse descansado.

2. Intente irse a la cama y levantarse a la misma hora todos los días. Esto le ayudará a su cuerpo a establecer un ciclo regular de sueño/vigilia.

3. La terapia de CPAP o de dos niveles puede ayudar a bajar la presión arterial en los pacientes hipertensos. Si está tomando un medicamento para la presión, asegúrese de que todos sus médicos estén enterados de que está usando una unidad de CPAP o de dos niveles. Nunca cambie su medicamento para la presión sin la aprobación del médico.

4. Después de una o dos semanas de usar la unidad de CPAP o de dos niveles, usted no debería tener sueño durante el día.

5. Cuando se usa la unidad de CPAP o de dos niveles, los ronquidos deben reducirse o desaparecer. Si mientras usa la unidad algún familiar se da cuenta de que está comenzando a roncar de nuevo, infórmele a su médico. Es posible que sea necesario ajustar la presión de CPAP.

6. Durante las primeras semanas del tratamiento puede tener estornudos y tal vez, una sensación de obstrucción nasal. Esto es normal. La congestión nasal es el efecto secundario más común de la terapia de CPAP.

Una causa común de congestión nasal es el resecamiento y enfriamiento de la vía aérea superior debido al uso del dispositivo de CPAP. Éste es responsable de la sensación de resecamiento en la garganta y la nariz. Muchas veces esta sensación irá desapareciendo mientras se acostumbra a su unidad de CPAP. Esto puede demorar hasta cuatro semanas.

7. El equipo de CPAP está diseñado para eliminar las interrupciones de la respiración durante el sueño con su peso actual. Sin embargo, si tiene sobrepeso, perder peso generalmente mejorará su salud y podría permitir a su médico disminuir la presión del aire utilizado en su máquina. (En algunos casos, el descenso de peso puede permitir al médico interrumpir el uso de la unidad por completo.) Si aumenta de peso, el médico tendrá que aumentar la presión de la unidad de CPAP. Si aumenta o desciende de peso, comuníquese con su médico.

8. Si necesita cirugía o que lo hospitalicen por cualquier motivo, asegúrese de informarle al cirujano, al médico y/o al personal del hospital acerca de su diagnóstico y de la necesidad de usar el equipo de CPAP mientras duerme. Lleve la unidad de CPAP al hospital de modo que pueda usarla durante su hospitalización, especialmente cuando esté sedado antes y después de la cirugía.

Debe poder usar la unidad de CPAP durante toda la noche, todas las noches. Si, después de probar estas sugerencias, no puede dormir por la noche, comuníquese con su médico.

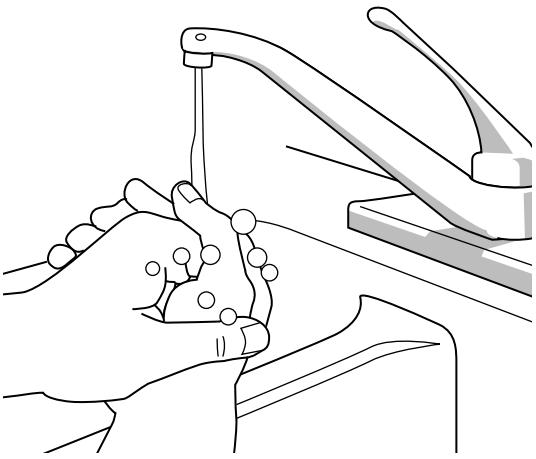
Problemas físicos

Si tiene cualquier **problema físico**, llame a su médico.

Si tiene problemas con el **equipo**, llame a Apria Healthcare.

Si presenta **problemas físicos graves**, llame al 911.

Técnica para lavarse las manos



Lávese las manos durante 1 a 2 minutos

Las manos deben estar limpias antes de manipular los suministros y las soluciones. Lávese las manos antes de comenzar cualquier procedimiento.

Paso 1: Mójese bien las manos con agua tibia.

Paso 2: Use jabón antibacteriano.

Paso 3: Lávese las manos durante 1 a 2 minutos friccionando con movimientos giratorios. Lave:

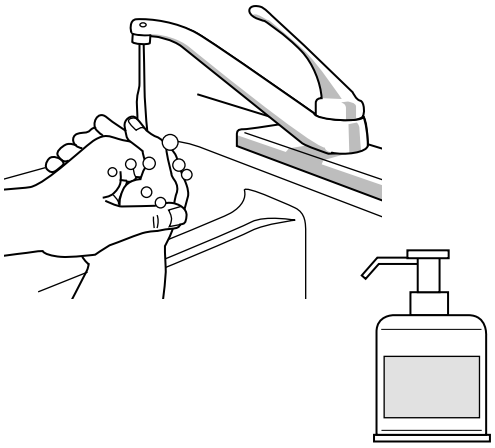
- el dorso y la palma de cada mano
- entre los dedos

Paso 4: Enjuáguese las manos bajo el chorro de agua.

Paso 5: Séquelas con una toalla limpia o con una toalla de papel.

Buenos hábitos de salud que ayudan a detener la propagación de gérmenes

Proteja a otras personas de los gérmenes que se pueden diseminar cuando tose o estornuda



Recuerde limpiarse bien las manos

Cúbrase la boca al toser

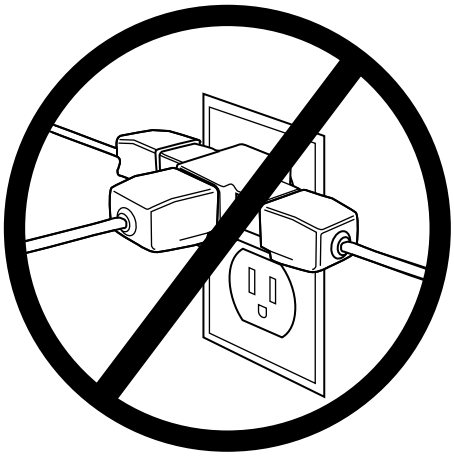
Cúbrase la boca y la nariz al toser o al estornudar. Arroje el pañuelo de papel que haya utilizado al basurero.

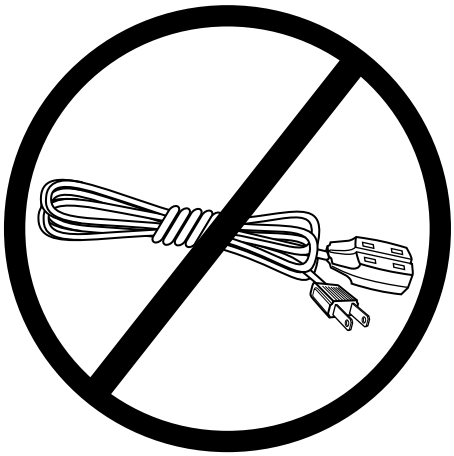
Es posible que se le pida que se coloque una mascarilla para que se proteja usted mismo y a otras personas.

Lávese las manos después de toser o estornudar

Lávese las manos con agua tibia y jabón durante 20 segundos O BIEN límpielas con un desinfectante para manos a base de alcohol.

Precauciones de seguridad





Use su equipo en forma segura

Nunca sumerja la unidad de CPAP o de dos niveles en el agua.
Nunca trate de limpiar la unidad colocándola en el agua. Los componentes eléctricos se dañarán y esto podría provocar una descarga eléctrica al usuario la próxima vez que enchufe la unidad al tomacorriente.

Nunca enchufe la unidad si está húmeda o mojada.
La humedad siempre aumenta la posibilidad de una descarga eléctrica.

Nunca enchufe la unidad a un tomacorriente se esté empleando con otro artefacto eléctrico.
Enchufe la unidad a un tomacorriente que NO esté ocupado por otros artefactos eléctricos. Si necesita usar un tomacorriente compartido con otros equipos, asegúrese de que éstos no se estén utilizando al mismo tiempo.

Nunca intente reparar su unidad de CPAP o de dos niveles.
La unidad es un equipo médico que debe ser reparado por un profesional. Si está alquilando este equipo, llame a Apria Healthcare para que reemplacen la unidad. Si compró la unidad, comuníquese con Apria Healthcare para obtener asistencia técnica para hacerla reparar.

Nunca use la unidad con un cable de extensión.

Asegúrese de que la dirección de su vivienda sea visible

Asegúrese de que su dirección se pueda ver claramente desde la calle de día y de noche.

Si está esperando una entrega o una visita nocturna,

encienda la luz del pórtico. Verifique que los números de la vivienda se puedan encontrar y leer fácilmente desde la calle. Esto permitirá a Apria Healthcare y a todos los servicios de emergencia ubicar su residencia fácilmente.

Siga las instrucciones en caso de emergencias y desastres naturales

En caso de una emergencia o de un desastre natural, siga las instrucciones de las autoridades locales por la radio o televisión.

Pautas para viajes

Las siguientes sugerencias lo ayudarán a planificar y a prepararse para cualquier viaje.

- Póngase en contacto con su médico para asegurarse de que su viaje sea seguro desde el punto de vista médico y para obtener copias adicionales de su prescripción.
- Si viaja por avión, NO registre su unidad de CPAP o de dos niveles. Lleve la unidad en el avión con usted en una caja acolchada. Asegúrese de llevar el cable y todos los accesorios.
- Cuando viaje a otro país, póngase en contacto con el fabricante del equipo para asegurarse de tener los fusibles adecuados y saber la configuración de voltaje correcta. (Consulte la página 7.)

Garantía

Si compró la unidad de CPAP o de dos niveles, la unidad tiene garantía de fábrica por un año a partir de la fecha en que recibió la unidad. Llame a Apria Healthcare si el equipo necesita reparación.

Problemas comunes y sus soluciones

Problema	Causa posible	Solución
Dolor de ojos u ojos secos.	La mascarilla no está puesta correctamente. Arnés para la cabeza mal puesto.	Volver a colocarse la mascarilla y reajuste el arnés para la cabeza.
	El tamaño de la mascarilla no es apropiado.	Comuníquese con Apria Healthcare para conseguir el tamaño correcto de mascarilla.
Enrojecimiento de la cara donde la mascarilla está en contacto con la piel.	Irritación o alergia al material de la mascarilla.	Use una barrera protectora entre la piel y la mascarilla, como cinta Micropore de 3M o Duoderm de Squibb. Comuníquese con Apria Healthcare o su médico si persiste el problema.
Secreción nasal.	Reacción nasal al flujo de aire.	Comuníquese con su médico o Apria Healthcare. Es posible que necesite aumentar la humedad de la habitación o que requiera un humidificador para usarlo con su unidad.
Nariz fría.	La temperatura del aire de la habitación está muy fría. El aire se enfría al pasar a través del tubo.	Reubique el tubo de modo que pase debajo de la ropa de la cama para reducir la pérdida de calor.
Sequedad o sensación de ardor en la garganta o la nariz.	El aire está muy seco. La humedad relativa del aire es inferior a un 40%.	• Aumente la humedad de la habitación (o la humedad del aire). • Consulte con su médico o a Apria Healthcare sobre el uso de un humidificador junto con su unidad de CPAP. • Pregunte a su médico sobre los vaporizadores o geles nasales. • Asegúrese de mantener la boca cerrada y respirar en forma relajada por la nariz. Utilice una correa para el mentón.
Dolor nasal, sinusal o de oídos.	Infección sinusal o infección del oído medio.	Deje de usar la unidad y comuníquese con el médico.

Problema	Causa posible	Solución
Sensación de incomodidad por sensación de demasiada presión.	Las presiones superiores a 12,5 cm de H20 pueden causar cierta sensación de incomodidad, pero son necesarias para aliviar las apneas del sueño.	Puede tardar hasta cuatro semanas en adecuarse al sistema. Intente relajarse cuando use la unidad. Inspire profunda y lentamente por la nariz con la boca cerrada. Si aún tiene problemas, comuníquese con su médico o con Apria Healthcare.
La presión administrada parece ser considerablemente inferior o superior que la usual.	Posible mal funcionamiento de la unidad.	Comuníquese con Apria Healthcare.
El aire de la unidad parece estar caliente.	El filtro puede estar obstruido con residuos.	Reemplace o limpie el filtro.
	El filtro o las aberturas ranuradas de la parte frontal y posterior de la unidad pueden estar bloqueados con ropa de cama, cortinas, etc.	Aleje la unidad de la ropa de cama o las cortinas que obstruyan el flujo de aire a su alrededor.
	La temperatura de la habitación es demasiado alta.	• Baje el termostato en la noche. • Agregue un segundo tramo de tubo al circuito para permitir que el aire se enfríe. • Coloque la unidad en el piso donde el aire puede estar más fresco.
La unidad parece muy ruidosa.	El paciente no está acostumbrado a la unidad; puede tardar una o dos semanas en acostumbrarse a ella.	Asegúrese de tener sueño cuando se vaya a la cama. Si no se puede acostumbrar, comuníquese con el representante de Apria Healthcare. Al usar dos tramos de tubo, es posible que pueda alejar la unidad de su cama. (Nunca use más de dos tramos de tubo.)

Solución de problemas

Problema	Causa posible	Solución
La unidad no se enciende.	El cable de alimentación no está bien conectado a la unidad o al tomacorriente.	Verifique que las conexiones eléctricas sean correctas.
	La unidad no está conectada a un tomacorriente que está funcionando.	Asegúrese de que la unidad esté conectada a un tomacorriente que funcione (por ejemplo, conecte una lámpara que funciona en el tomacorriente).
	El fusible de la unidad se quemó.	Reemplace los fusibles con el mismo tipo de fusible. Verifique que el interruptor de selecciónde voltaje no esté demasiado bajo (es decir, lalínea eléctrica es de 230 V pero su interruptor está puesto en 115 V). Si se queman los fusibles nuevos, comuníquese con Apria Healthcare.
	El voltaje de CC de la batería cayó por debajo de 10 5 voltios.	Recargue o reemplace la batería.
La unidad se detiene y reinicia.	El cable de alimentación no está completamente conectado a la unidad o al tomacorriente.	Verifique que el cable de alimentación esté conectado a la parte posterior de la unidad y en el tomacorriente.
No sale aire de la unidad cuando se conecta la electricidad.	Se ajustó en forma incorrecta el interruptor de selección de voltaje.	Verifique que el interruptor de selección de voltaje no esté demasiado alto (es decir, la línea eléctrica es de 115 V pero su interruptor está ajustado en 230 V).
	Posible problema interno.	Comuníquese con Apria Healthcare.
Todos los demás problemas o dudas sobre el equipo.		Comuníquese con Apria Healthcare.

Comentarios acerca de nuestros servicios

Apria Healthcare se encuentra entre los proveedores de cuidado respiratorio en el hogar más respetados y con mayor experiencia de Estados Unidos y nuestras calificaciones de satisfacción de los pacientes son uniformemente altas. Sin embargo, es posible que usted tenga alguna inquietud y le agradeceremos sus comentarios. Para comunicar una inquietud, realice los siguientes pasos:

1. Llame a la oficina local de Apria y solicite hablar con el gerente de la sucursal.

   O BIEN

2. Comuníquese con nosotros por correo electrónico a:
   Patient_Satisfaction@Apria.com

   O BIEN

3. Visite nuestro sitio web en www.Apria.com

Proceso de encuesta de satisfacción

Nuestro objetivo es garantizar su satisfacción. Es probable que reciba un cuestionario de satisfacción del paciente de Apria y esperamos que pueda tomarse un par de minutos para responderlo y enviárnoslo. El franqueo ha sido pagado de antemano por Apria Healthcare.

Educación
Noticias
Artículos
Servicios

www.Apria.com

APRIA HEALTHCARE®